



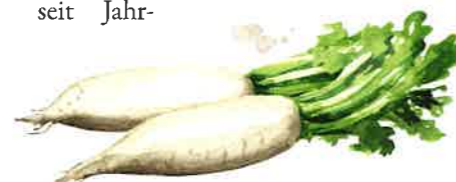
Uschi und Holger Ahlborn haben sich auf dem Gelände der Oberen Mühle den Traum vom großen Gemüsegarten erfüllt.

Gemüse auf Gipfelhöhe

In Wertach gibt es einen kleinen Bio-Laden mit einem ganz besonderen Markenzeichen – einem Mühlrad. Hier in der Oberen Mühle Wertach verkaufen Uschi und Holger Ahlborn gemeinsam mit ihrem engagierten Team frisches saisonales Gemüse aus ihrer eigenen Bio-Landwirtschaft.

Anfangs war es eine große Herausforderung, Gemüse auf rund 920 m Meereshöhe über das ganze Jahr zu kultivieren. Doch heute wachsen hier, auf den fruchtbaren Gründesäckern unterhalb des Grüntens, rund 40 verschiedene Gemüse- und Obstsorten, wie Salat, Zucchini, Karotten, Gurken, Zwiebeln, Bohnen, Tomaten, Auberginen, Kohlrabi, Kohl und Aroniabeeren – kurzum alles, was das Herz begehrt. Doch bis vor einigen Jahren stand neben dem Grundstück der ehema-

ligen Wertacher Mühle noch das Vieh und graste. Zu diesem Zeitpunkt verliebten sich zwei Münchner – Uschi und Holger Ahlborn – in das ehemalige Mühlen-Grundstück in Wertach. Von einer Allgäuer Landwirtschaftsfamilie erwarben sie 2014 den Hof und die mit dem Grundstück verbundenen Wasserrechte. Obwohl sich seit Jahr-



zehnten auf dem Hof kein Rad mehr drehte, formte sich bei Holger Ahlborn der Wunsch, wieder ein Mühlrad zu errichten. Trotz enormer behördlicher Widerstände und hoher Kosten wurde das Mühlrad zu Ahlborns Leidenschaft.

Mit Unterstützung eines der letzten Mühlenexperten plante er das Mühlrad mit einem Durchmesser von 7,50 m – das größte oberflächige heute im Allgäu. Seit August 2018 dreht sich das Rad wieder, angetrieben vom sanft plätschern-

Graphic: Gemüse: daniusfigura/stock.adobe.com

den Wasser der Wertacher Starzlach. »Manchmal dreht es sich schneller, manchmal langsamer«, sagt Uschi. Und doch produziert es, mit einem Generator verbunden, jährlich etwa 90 000 kWh – damit könnten rund 15 Wertacher Haushalte mit Strom versorgt werden.

Neues Projekt geschaffen

Nach dem aufwendigen Mühlradbau folgte auf dem Hof ein neues Projekt: Aus den 4000 m² rund um die Hofstelle sollte ein großer Nutzgarten auf 920 MM entstehen. Zusammen mit der damaligen Gärtnerin, Ute-Maria Schröder-Stanzik, plante Ahlborn das Vorhaben. Im Frühjahr 2019 gründen sie mit rund 20 engagierten Biogemüse-Liebhabern eine solidarische Landwirtschaft.

Um frisches Gemüse das ganze Jahr über für ihre Mitglieder und für ihren Laden zu haben, beschäftigen sie sich intensiv mit dem Konzept der Permakultur und des Market Gardenings. Dabei wird das Biogemüse intensiv, platzsparend, trotzdem aber schonend angebaut, sodass die Fruchtbarkeit des Bodens erhalten bleibt – ohne dabei jegliche Chemie einzusetzen. »Unsere Nahrungsmittel, die wir produzieren, ziehen ihre Nähr-



Auf rund 920 m Meereshöhe wird auf dem Gelände der Oberen Mühle Wertach Bio-Gemüse angebaut.

stoffe aus einem sensationell guten Boden. Außerdem legen wir Wert auf alte Sorten«, sagt Holger Ahlborn. Heute versorgt die Obere Mühle rund 50 Haushalte wöchentlich mit frischem, ökologisch angebautem Gemüse. Auch die Pächterin der Hündelkopfshütte bezieht regelmäßig ihr Gemüse für ihre vegetarischen und veganen Hüttengerichte von der Wertacher SoLaWi. Zudem die Wirte des Landgasthof Rössle in Oy-Mittelberg. »Als Mitglied bezahlt man ei-

nen monatlichen Beitrag und erhält wöchentlich frisches Gemüse«, erzählt Ahlborn. Unter Anleitung der Gärtner Josefine Gebhart und Kevin Kess dürfen die Mitglieder der SoLaWi auf Wunsch beim Anpflanzen, Jäten und Ernten unterstützen. Tatkraftige Hilfe gibt es zudem von den Praktikanten.

Jedes Jahr bietet die Obere Mühle Wertach zwei Praktikantenplätze an: gegen monatliche Bezahlung, freie Logis und Gemüse satt. Das ernte-



MOBILI

planen + einrichten
Ladenbauwerkstatt

Inh.: Thomas Sauerbrey
D-89233 Neu-Ulm
Tel: 07307-923592
mail@mobili-einrichtung.de
www.mobili-einrichtung.de



aus bestem Holz...



Rund 40 verschiedene Gemüsesorten landen in den Abokisten sowie in den Regalen des eigenen Bio-Ladens.

reife Gemüse wird wöchentlich frisch vom Feld in die Abokisten sortiert. Mit dem Einsatz von Folientunneln schafft es das Mühlengarten-Team, trotz niedriger Temperaturen im Winter noch ein optimales Klima für Salat- und Spinatanbau zu erreichen. Um die Mitglieder auch in der kalten Jahreszeit mit Gemüse versorgen zu können, wird darüber hinaus ein Teil der Herbsterte in einem Erdkeller eingelagert.

In Sand gebettet bleiben so von November bis April zum Beispiel Kraut, Rote Beete, Sellerie und Karotten frisch. Selbst bei Temperaturen unter 10° C herrschen hier immer noch optimale Lagertemperaturen von 2 bis 5° C.

Reste vermarkten

Was nicht an die Mitglieder der SoLaWi verteilt wird, verkaufen Uschi und das Lädle-Team freitags und samstags (im Winter dienstags und freitags) in dem liebevoll eingerichteten Mühlendläle. Ein Teil der Ernte

wird auf dem Hof direkt zu selbstgemachten und auch fermentierten Spezialitäten, wie Kimchi, Sauer- und Blaukraut, eingelegte Zucchini und Knoblauch, verschiedene Chutneys und Pestos, zahlreiche Marmeladen oder auch den begehrten Aronia-Sirup verarbeitet, in Gläschen bzw. Flaschen abgefüllt und im Laden angeboten. Auch der prachtgelbe Honig stammt aus der hofeigenen BIO Imkerei, der sich Uschi mit Begeisterung widmet.

Breites Sortiment

Neben den eigenen Produkten findet man in den Regalen des Mühlendladens auch weitere regionale Spezialitäten und Köstlichkeiten, wie z.B. von Rapunzel, von der Öl-



mühle und der Holderhex. Da den beiden Austausch und Kommunikation sehr wichtig sind und sie ein Miteinander sehr schätzen, haben sie vor fünf Jahren auf dem Hof ein Backhäuschen gebaut und den »Freundeskreis Backhäusle Obere Mühle Wertach« ins Leben gerufen. »Wichtig war uns dabei, das Brauchtum und die Tradition des Holzofenbackens zu erhalten«, erklärt Ahlborn.

Freitags ist Backtag

Freitags, einmal in der Woche, gibt es auf dem Hof einen Backtag. Hier wird der große Holzbackofen mit dicken Holzscheiten befeuert und auf Temperatur gebracht. SoLaWi- und Freundeskreis-Mitglieder erhalten so jede Woche ein frisches, gesundes dreifach geführtes Sauerteigbrot. Und sie haben zudem die Möglichkeit, eigene Teiglinge mitzubringen und in den Ofen einzuschließen. Während das Brot im Ofen knusprig bäckt, bleibt Zeit für einen interessanten Austausch und für die eine

Obere Mühle Wertach

- Fläche SoLaWi: < 1 Hektar
- Angebaute Gemüsesorten: rund 40
- Angestellte: 9 Teilzeitkräfte und Praktikanten
- Stromgeneration: rund 90 000 KW pro Jahr
- Abokisten/Preis 2024: große Kiste pro Monat 120 €, kleine Kiste pro Monat 75 €
- Anzahl Abonnenten Bio-Gemüsekisten: rund 50 plus bisher zwei Gastronomiebetriebe



Freitags ist Backtag und es gibt frisches Sauerteigbrot aus dem Holzbackofen.

oder andere neue Idee. Bald wird auf dem Hof der Oberen Mühle im neugebauten, ehemaligen Stall- und Scheunengebäude auch Saft gepresst. Von zwei Wertacher Vereinen haben die Ahlborns eine alte, manuell betriebene Saftpresse erstanden, die lange Zeit unbenutzt in einer Scheune gestanden hatte. In der Oberen Mühle soll sie wieder zum Entsaften des Obstes und der Aroniabeeren

in Betrieb genommen werden. Auch einen Seminar-/Veranstaltungsraum für unterschiedliche Workshops haben die Ahlborns bei ihrem Umbau miteingeplant. Auf dem Hof der ehemaligen Mühle ist immer was los. Ein Besuch lohnt sich, denn hier gibt es viel zu entdecken – allen voran das beeindruckende Mühlrad. Übrigens: Die Obere Mühle Wertach erhielt den Kulturpreis 2021 des Landkrei-

ses Oberallgäu in der Sparte »Denkmalpflege«. Mit dieser Auszeichnung würdigt die Region die Erhaltung von Kultur- und Heimatgeschichte.

Text: Tamara Lehmann;
Fotos: privat; Tamara Lehmann (S. 14)

Die obere Mühle Wertach.
www.obere-muehle-wertach.de

EINFACH. INDIVIDUELL. NACHHALTIG. K-BOXX!

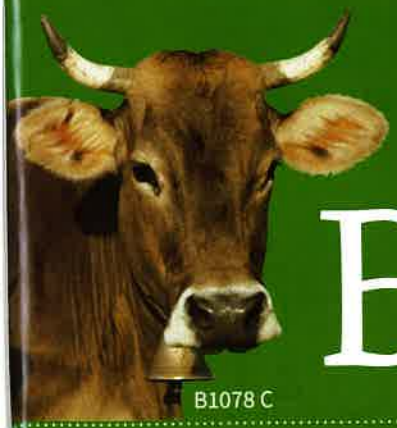
- Lose Präsentation von mehreren Kartoffelsorten
- Ergonomische Handhabung
- Einfaches Befüllen durch Schwenkfunktion
- Optimaler UV-Schutz, kein Vergrünen
- Klappbare Nachtdeckung
- Kreidetafel für Produkthinweise

Interesse? Dann freuen wir uns auf Ihren Anruf oder eine E-Mail.



FACTS

- 60 Liter Volumen, ca. 40–50 kg Kartoffeln
- wasserfestes Material
- anpassbare, individuelle Breite



ALLGÄUER BAUERNBLATT

*frei &
unabhängig*

B1078 C

92. Jg. • 29. Februar 2024 • Ausgabe 9

Für Haus, Hof & Familie

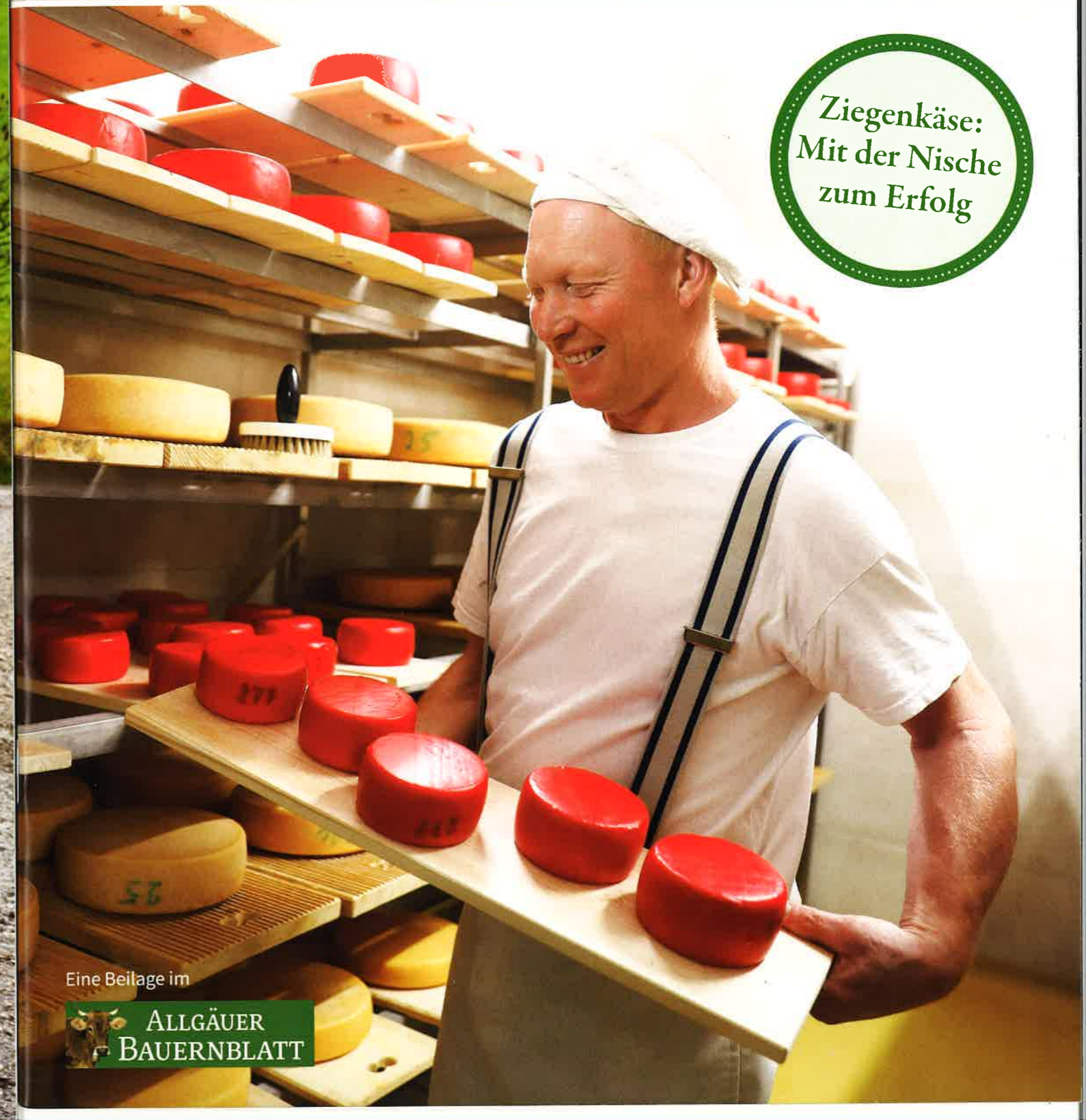
vom Hof

1/24

direkt. regional. nachhaltig.



**Zeitenwende:
Diesel ade?**



**Ziegenkäse:
Mit der Nische
zum Erfolg**

Eine Beilage im

